

MANUEL TECHNIQUE

DE MASSAGE

Masser une région du corps, c'est pratiquer sur elle dans un sens thérapeutique une série de manipulations dont le but varie avec la nature de l'affection qu'on se propose de traiter.

1° Dans le cas d'engorgement, d'infiltration, etc., des parties molles, le massage aura pour but de chasser de la trame des tissus le sang, la lymphe, les exsudats qui l'infiltrèrent, de diffuser ces liquides dans les régions voisines, et de les pousser dans la direction du courant sanguin qui se chargera de les entraîner au loin.

Le rôle du masseur peut être comparé à celui du balayeur de rue. Ce dernier a pour objectif de ramener tous les débris de la rue vers le

ruisseau d'abord, et de les pousser de là vers la bouche d'égout qui doit tout engloutir. Vien-

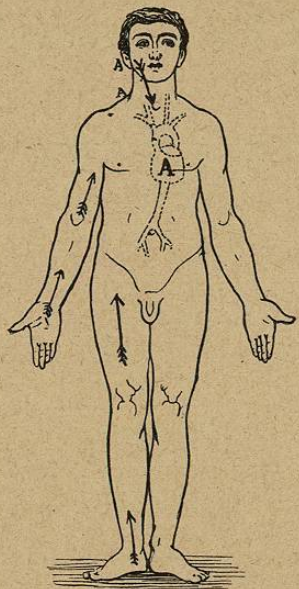


Fig. 1.

dra-t-il jamais à l'idée du balayeur de pousser les détritüs en sens inverse du courant du ruisseau ?

La première règle à suivre sera donc de comprimer la région pour la débarrasser de tous les sucs qui l'engorgent, et, à l'aide de pressions nouvelles, de pousser ceux-ci dans la direction du courant sanguin qui les emportera vers le cœur.

Un simple coup d'œil jeté sur le schéma ci-contre indiquera suffisamment dans quel sens doivent être faites les pressions aux différentes régions du corps.

Le cœur est en A et le sens des flèches indique la direction du courant veineux, direction à laquelle sont subordonnées toutes les manipulations, qui devront ainsi être faites dans le sens des flèches et jamais en sens contraire.

2° Dans certaines maladies des systèmes musculaire et nerveux, on cherchera par le massage à provoquer la production de chaleur ou encore de simples ébranlements moléculaires, destinés à modifier la constitution intime de ces tissus.

3° Le massage appliqué aux articulations aura pour but de rendre à celles-ci leur souplesse et de renforcer les muscles qui les mettent en action.

Les manipulations employées à obtenir la réalisation de ces différents effets sont très diverses et constituent :

LA TECHNIQUE DU MASSAGE

Il existe une technique générale et une technique particulière.

La *technique générale* comprend l'étude de l'ensemble des manipulations, indépendamment de toute adaptation à des cas pathologiques spéciaux.

La *technique particulière* est l'étude par laquelle nous apprendrons à puiser dans la technique générale un certain nombre de manipulations, à les grouper pour en faire le mode de massage appliqué à des cas particuliers.

De là deux parties dans ce manuel, une première traitant de la technique générale, une deuxième de la technique particulière.

PREMIÈRE PARTIE

TECHNIQUE GÉNÉRALE

La séance de massage peut être ramenée à trois temps :

Premier temps ou temps du *massage proprement dit*.

Deuxième temps ou temps des *mouvements passifs*.

Troisième temps ou temps des *mouvements actifs contrariés*.

MASSAGE PROPREMENT DIT

Dans le premier temps rentre l'application d'une série de manipulations qui sont :

- 1° L'effleurage ;
- 2° La pression méthodique, dénommée par certains auteurs *écrasement* ;